

Innanzitutto grazie per aver scelto il nostro Centro...
Ti consigliamo il nostro percorso introduttivo basato su 3 punti importanti:

1 COLLOQUIO INIZIALE

Per la raccolta anamnestica di dati e per meglio inquadrare gli obiettivi.

2 VERIFICA DEL TUO STATO DI SALUTE

Attraverso una visita medica **OBBLIGATORIA** da consegnare contestualmente all'iscrizione.

3 VALUTAZIONE POSTURALE

La valutazione posturale è un controllo morfo funzionale statico e dinamico per la visualizzazione di eventuali disarmonie, disequilibri e asimmetrie.

Sulla base dei risultati ottenuti dall'osservazione, viene formulata una proposta di trattamento motorio personalizzato.



Allineamento Ideale



Postura Cifo-Lordotica



PERSONAL TRAINER

Possibilità di prenotare le lezioni con un nostro Personal Trainer anche a domicilio.



ABBONAMENTI

OPEN ALL INCLUSIVE

Frequentare il centro senza nessun limite di giorni e orari. Accedere all'area pesicardio e ai corsi*

LIMITED FASCIA ORARIA

Frequentare il centro dalle 9.00 alle 16.30 dal lunedì al venerdì (ultimo ingresso ore 16.00). Accedere all'area pesicardio e ai corsi*

BREAK PAUSA PRANZO

Frequentare il centro dalle 12.00 alle 14.30 dal lunedì al venerdì (ultimo ingresso ore 14.00). Accedere all'area pesicardio e ai corsi*

*(escluso spinning, pilates e body flying®)

TARIFE SPECIALI

UNDER 18

sconto del 10% per ragazzi fino ai 18 anni di età compiuti.

OVER 60 tariffa speciale sull'abbonamento annuale con frequenza bisettimanale per le persone dai 60 anni di età e pensionati.

PACCHETTI LEZIONI

PILATES e BODY FLYING® (10 Lezioni)

SPINNING (15 Lezioni)

10 INGRESSI

LEZIONI PERSONAL TRAINER

lezione singola da mezzora

lezione singola da 1 ora

pacchetto da 5+1 da mezzora

pacchetto da 10 lezioni da 1 ora

BENVENUTO